

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/vkr/147445>

Тип работы: ВКР (Выпускная квалификационная работа)

Предмет: Психология

Содержание

Введение 4

Глава 1. Теоретические подходы к изучению профессионального выгорания 8

1.1 Профессиональное здоровье 8

1.2 Профессиональный стресс 14

1.3 Синдром «выгорания» и его причины 24

1.4 Взаимосвязь особенностей эмоциональной сферы с профессиональным выгоранием 36

Глава 2. Организация и методы исследования 39

2.1 Методологические принципы исследования 39

2.2 Организация исследования 39

2.3 Характеристика выборки исследования 39

2.4 Методы и методики исследования 40

2.5 Математико-статистический метод исследования 46

Глава 3. Результаты эмпирического исследования, особенностей эмоциональной сферы у воспитателей ДОУ с различным уровнем выгорания 48

3.1 Результаты сравнительного анализа значений показателей профессионального выгорания у педагогов на разных возрастных группах 48

3.2 Результаты сравнительного анализа значений показателей эмоционального выгорания у специалистов, двух возрастных категорий 51

3.3 Результаты сравнительного анализа значений показателей эмоционального выгорания у специалистов с разным стажем работы 52

3.4 Результаты корреляционного анализа значений показателей выгорания и личностных особенностей специалистов 54

Заключение 61

Выводы 63

Практические рекомендации 64

Список литературы 65

Приложение 1 68

Приложение 2 78

Введение

Повышенный интерес к рабочим стрессам связан с их негативными последствиями и влиянием на психическое здоровье работников, организационную среду и эффективность организации в целом.

Психологическая специфика стресса зависит не только от внешних воздействий, хотя они и должны быть достаточно сильными для человека, но и от особенностей эмоциональной сферы, смысла цели деятельности, оценки ситуации, в которой он находится. Поэтому и трудовая деятельность, и та или иная производственная ситуация могут выступать не столько причиной, сколько поводом для возникновения стрессового состояния работников. При этом истинные причины стресса кроются в личностных особенностях эмоциональной сферы человека.

Ряд исследований по проблеме выгорания посвящено изучению особенностей эмоциональной сферы. По мнению Карла Роджерса, они представляют собой базу, для установления «помогающих» отношений при общении с клиентом (пациентом).

Актуальность исследования влияния особенностей эмоциональной сферы на эмоциональное выгорание обусловлена недостаточной научной проработанностью проблемы, а также необходимостью научного информирования участников образовательного процесса о важности особенностей эмоциональной сферы специалистов, работающих в сфере «человек - человек» и возможных проблемах в будущем.

Каждый человек, знакомясь с профессией, сталкивается с рядом особенностей эмоциональной сферы, которые предъявляются к специалисту той или иной профессии. Тревожность, ощущение одиночества,

эмпатия, доброжелательность, эмоциональная уравновешенность, смелость в общении и естественность способствуют сбалансированности межличностных отношений. Всё это ключ к успеху во всех видах деятельности, особенно в тех, которые требуют вовлечения в мир дошкольника и понимания его переживаний.

Проблематика эмоционального выгорания в психологии обладает высокой актуальностью, о чем свидетельствует прогрессирующий рост количества публикаций. Анализ литературы показывает, что проблемы эмоционального выгорания не остались без внимания психологов (Селье Г.; Фром Э.; Х. Фрейденбергер, 1974; Гинзбург С., 1974; Небылицын В.Д., 1976; Маслач К. и Джекенсон С., 1981; Махер Е., 1983; Форманюк Т.В., 1994; Водопьянова Н.Е., 2000; Гришина Н.В., 1997; Анциферова Л.И., 1994; Куликов Л.В., 1995; Никифоров Г.С., 2002; Бойко В.В., 1999 и др.).

Изучение особенностей эмоциональной сферы воспитателей дошкольных образовательных учреждений с различным уровнем профессионального выгорания имеет особую актуальность, поскольку в литературе недостаточно освещен данный вопрос. Руководители дошкольных образовательных учреждений могут часто сталкиваться с ситуациями, в которых уровень профессионального выгорания создает ряд сложностей в работе, изменяются взаимоотношения между всеми участниками образовательного процесса. Знание особенностей эмоциональной сферы воспитателей помогает эффективно работать в данной области, оказывать необходимую помощь и поддержку, выстраивать профилактическую работу. Цель исследования: выявление особенностей эмоциональной сферы воспитателей дошкольных образовательных учреждений с различным уровнем профессионального выгорания.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические аспекты проблемы проявления особенностей эмоциональной сферы воспитателей дошкольных образовательных учреждений с различным уровнем профессионального выгорания;
2. Проанализировать распределение уровней профессионального выгорания в выборке воспитателей Государственных бюджетных дошкольных образовательных учреждений Фрунзенского района Санкт-Петербурга;
3. Проанализировать особенности эмоциональной сферы, эмпатии, ощущения одиночества, реактивной тревожности у воспитателей с разным семейным положением, возрастом и педагогическим стажем, работающие на разных возрастных группах;
4. Проанализировать взаимосвязь особенностей эмоциональной сферы, эмпатии, ощущения одиночества, реактивной тревожности у воспитателей с их уровнем профессионального выгорания.

Объект исследования – воспитатели дошкольных образовательных учреждений Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Предмет исследования – эмоциональная сфера и профессиональное выгорание воспитателей дошкольных образовательных учреждений.

Гипотезы исследования: 1) существуют различия в выраженности особенностей эмоциональной сферы воспитателей дошкольных образовательных учреждений с различным уровнем профессионального выгорания; 2) существует зависимость особенностей эмоциональной сферы и уровнем профессионального выгорания воспитателей.

Практическая значимость. Результаты исследования могут быть использованы в оказании необходимой помощи и поддержки, выстраивании профилактической работы и сопровождении участников образовательного процесса в условиях дошкольных учреждений, а также в процессе профессиональной подготовки воспитателей.

База исследования: Государственные бюджетные дошкольные образовательные учреждения Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования: теоретические (изучение и анализ литературы), эмпирические (тестирование), математико-статистической обработки данных.

В работе использовались методики исследования:

1. «Эмоциональное выгорание» (В.В. Бойко).
2. «Диагностика эмпатии» (А.Меграбян, Н. Эпштейн.).
3. Многофакторный личностный опросник (Р. Б. Кеттел).
4. Исследование реактивной тревожности (Ч. Д. Спилбергер, Ю. Л. Ханин).
5. Тест на одиночество. «Методика субъективного ощущения одиночества» (Д. Рассела, М. Фергюсона).

Структура работы: введение, три главы, заключение, выводы практические рекомендации, список литературы, приложения.

Глава 1. Теоретические подходы к изучению профессионального выгорания

1.1 Профессиональное здоровье

Можно сказать, что первые шаги в области проявления внимания к проблемам сохранения здоровья людей, работающих в промышленных отраслях, были предприняты в начале XX в. Причиной явилось становление движения за научную организацию труда, в сокращенном виде НОТ, одним из основателей которого был известный американский инженер Ф. Тейлор. Однако, в работах самого Тейлора данный вопрос не получил дальнейшего развития. При этом известно, что в своих трудах он опирался на теорию «экономического человека», где человек рассматривается лишь в качестве обособленной единицы или элемента производственного процесса. Ф. Тейлор не учитывал социальную природу человека, а также, его психическое и физическое благополучие [24, с. 98].

Выраженная ориентация на «человеческий фактор» начинает четко просматриваться у его соратника Ф. Джилбрета. По его мнению, основной смысл НОТ заключается в том, чтобы люди выполняли ту работу, которая наиболее соответствует их физическим и психическим способностям. А главное условие радостного и продуктивного труда, по Джилбрету, это здоровье людей. Ф. Джилбрет в Америке инициировал проведение Дня борьбы с утомлением, который впоследствии стал ежегодно проводиться в декабре. Он считал важным привлечение психологов к разрешению проблем работников на производстве [24, с. 103].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе исследований было установлено, что особенности эмоциональной сферы воспитателей дошкольных образовательных учреждений выступают в качестве некоторого буфера, препятствующего эмоциональному выгоранию специалистов, работающих с дошкольниками.

Было выявлено, что у воспитателей, работающих на группах с детьми младшего и среднего возраста, имеющих выгорание или с формирующимся выгоранием больше, чем тех, у кого выгорания не наблюдается. А у воспитателей, работающих с дошкольниками старшего возраста процент выгорания больше. По-видимому, это может быть обусловлено тем, что старшие дошкольники требуют к себе большего внимания в познавательных областях, на воспитателя возлагается большая ответственность за подготовку детей к школе, сложность программы для обучения, высокие требования со стороны администрации ДОУ. Так же есть сложности в общении с родителями воспитанников, которые перекладывают всю ответственность на воспитателя. Дети в этом возрасте более подвижны, активны, не всегда усидчивы. В это время в общении ребенка со сверстниками возникают довольно сложные взаимоотношения, существенным образом влияющие на развитие его личности, в связи с этим, не редки конфликты среди сверстников, которые, как правило, разрешаются с помощью воспитателя.

Основа успешной работы воспитателя – это стабильность эмоциональной сферы его самого, состояние эмоционального благополучия, таким специалистам намного легче справиться с выгоранием.

Выявлено, что в большей степени подвержены эмоциональному выгоранию специалисты, относящиеся к более молодой категории и обладающие меньшим стажем работы. Данный факт объясняется тем, что с возрастом (после 30 лет) происходит некоторая переоценка ожиданий и притязаний специалистов к своей работе. Люди, имеющие внушительный (свыше 10 лет) стаж работы имеют глубокое представление о плюсах и минусах своей специальности, освоились с условиями труда в отличие от более молодых работников. Молодые кадры проходят долгий процесс рабочей адаптации и вырабатывают навыки преодолевающего поведения или уходят в другие профессии.

Исследования показывают, что воспитатели, работающие в дошкольных образовательных учреждениях, с различным уровнем эмоционального выгорания имеют различия в выраженности личностных качеств, таких как эмпатия, общительность, эмоциональная устойчивость, социальная опосредованность, самоконтроль, раздражительность.

Можно утверждать, что высоко выраженные особенности эмоциональной сферы, такие как эмпатия, общительность, эмоциональная устойчивость, самоконтроль способствуют более низкому уровню формирования эмоционального выгорания. При этом, чем сильнее выражены социальная опосредованность и напряженность, тем выше уровень эмоционального выгорания.

Полученные результаты исследования рекомендуется применять в профориентационной работе, при подборе персонала. Возможно использование полученных результатов на педсоветах, лекциях в дошкольных учреждениях.

Каждый студент, знакомясь с профессией, сталкивается с рядом качеств, которые предъявляются к специалисту той или иной профессии. Эмпатия, доброжелательность, эмоциональная уравновешенность, смелость в общении и естественность способствуют сбалансированности межличностных отношений. Все

это ключ к успеху во всех видах деятельности, особенно в тех, которые требуют вовлечения в мир дошкольника и понимания его переживаний.

Выводы

В ходе исследовательской работы было выявлено, что воспитатели дошкольных образовательных учреждений, имеют различный уровень эмоционального выгорания независимо от вида профессиональной деятельности, однако обладают различной сформированностью выгорания в зависимости от возраста и стажа работы.

Исследования позволяют утверждать, что специалисты, работающие с детьми в ДОУ, с различным уровнем эмоционального выгорания имеют различия в выраженности особенностей эмоциональной сферы, таких как эмпатия, общительность, эмоциональная устойчивость, социальная опосредованность, самоконтроль и раздражительность.

Расчеты показали, что чем сильнее выражены социальная опосредованность и напряженность, тем выше уровень эмоционального выгорания. При этом наличие обратной связи свидетельствует о том, что чем сильнее выражены эмпатия, общительность, эмоциональная устойчивость и самоконтроль, тем ниже уровень эмоционального выгорания.

Исходя из вышеуказанного, можно утверждать, что выдвинутая нами гипотеза подтверждена, поскольку существуют различия в выраженности особенностей эмоциональной сферы воспитателей дошкольных образовательных учреждений с различным уровнем профессионального выгорания.

Практические рекомендации

На основе результатов исследования можно дать следующие рекомендации:

Профилактика:

1. Администрации ДОУ необходимо исследовать систему эмоциональных отношений в коллективе, чтобы была возможность создать благоприятный климат для участников образовательного процесса. Вовремя находить возможность и осуществлять разрешение конфликтных и острых ситуаций среди участников образовательного процесса (коллеги, дети, родители, администрация).

Коррекция:

2. Привлекать к взаимодействию службы психологической поддержки, в рамках индивидуальной работы с воспитателями.

3. Предоставлять больше возможностей, молодым специалистам на посещение различных курсов, тренингов по обмену опытом с коллегами с большим стажем и опытом работы по данной профессии.

Поддержка:

4. Психологическая поддержка, сопровождение и поощрение сотрудников ДОУ на педагогических советах.

5. Просвещать воспитателей дошкольных учреждений в области профессионального выгорания.

Информировать и проводить разъяснительную и диагностическую работу среди сотрудников.

6. Использовать грамотный подход в подборе кадров

Список литературы

1. Авхименко М.М. Некоторые факторы риска труда медика — М.: Медицина, 2003. — 268 с.
2. Алексеев С.В. Гигиена труда. — М.: Медицина, 2004. — 270 с.
3. Александров Ю.И. Психофизиология. — СПб.: Питер, 2007. — 464 с.
4. Александер Ф. Психосоматическая медицина. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. — 352 с.
5. Апчел В.Я. Стресс и стрессоустойчивость человека. — СПб.: Питер, 1999.—86с.
6. Балин В.Д., Гайда В.К. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. — СПб.: Питер, 2006. — 560 с.
7. Батаршев А.В. Диагностика профессионально важных качеств. — СПб.: Питер, 2007. — 192 с.

8. Благинин А.А., Торчило В.В. Математические методы в психологии и педагогике. — СПб.: ЛГУ, 2006. — 84 с.
9. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. — СПб.: Питер, 1999. — 480 с.
10. Виткин А.Н. Женщина и стресс. Мужчина и стресс. Ребенок и стресс. — СПб.: Питер, 1996. — 279 с.
11. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. — СПб.: Питер, 2008. — 336 с.
12. Волков Б.С. Конфликтология. — М.: Академический Проект, 2006. — 384 с.
13. Гехт К. Психогигиена. — М.: Академический Проект, 1979. — 368 с.
14. Гиссен Л.Д. Время стрессов. — М.: Просвещение, 1990. — 246 с.
15. Данилова Н. Н. Психофизиология. — М.: Аспект-Пресс, 2007. — 450 с.
16. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. — СПб.: Питер, 1999. — 375 с.
17. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология — СПб.: Питер, 2000. — 320 с.
18. Дмитриева М.А., Крылов А.А. Психология труда и инженерная психология. — СПб.: Питер, 2001. — 422 с.
19. Иванова Е.М. Психотехнология изучения человека в трудовой деятельности. — М.: МГУ, 1992. — 94 с.
20. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. — СПб.: Питер, 2002. — 752 с.
21. Казаринова Н. В. Межличностное общение. Хрестоматия. — М.: 2001. — 430 с.
22. Капустина А.Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла. — СПб.: Речь, 2001. — 155 с.
23. Карелина А.А. Психологические тесты. — М.: ВЛАДОС, 2003. — 312 с.
24. Климов Е.А. Введение в психологию труда. — М.: ЮНИТИ, 1998. — 350 с.
25. Корнилова Т.В. Экспериментальная психология: Теория и методы. — М.: Аспект Пресс, 2002. — 381 с.
26. Котелова Ю.В. Очерки по психологии труда. — М.: МГУ, 1986. — 120 с.
27. Куликов Л. В. Стресс и стрессоустойчивость личности. — СПб.: Питер, 1995.
28. Куликов Л. В. Психологические исследования, методические рекомендации по проведению. — СПб.: Речь, 2001. — 290 с.
29. Лавриненко В.Н., Дорошенко В.Ю. Психология и этика делового общения. — М.: ЮНИТИ, 1997. — 279 с.
30. Леонов Н.И. Конфликты и конфликтное поведение. — СПб.: Питер, 2005. — 240 с.
31. Леонова А.В., Чернышева О.Н. Психология труда и организационная психология. — М.: Радакс, 1995. — 448 с.
32. Маклаков А.Г. Общая психология. — СПб.: Питер, 2006. — 583 с.
33. Маркова А.К. Психология труда учителя. — М.: Просвещение, 1993. — 192 с.
34. Немов Р.С. Психология. — М.: ВЛАДОС, 2003 — 688 с.
35. Никифоров Г.С. Психология здоровья. — СПб.: Питер, 2003. — 607 с.
36. Никифоров Г.С. Психология профессионального здоровья. — СПб.: Питер, 2006. — 354 с.
37. Никифоров Г.С. Надежность профессиональной деятельности. — СПб.: Питер, 1996. — 256 с.
38. Носкова О.Г. Психология труда / под ред. Климова Е.А. — М.: Академия, 2004. — 384 с.
39. Петровский А. В. Основы теоретической психологии. — М.: МГУ, 1998. — 368 с.
40. Почебут Л.Г. Организационная социальная психология. — СПб.: Речь, 2000. — 196 с.
41. Рамендик Д.М., Солонкина О.В. Психология и психологический практикум для гуманитарных специальностей. — М.: Академический Проект, 2000. — 210 с.
42. Селье Г. Когда стресс не приносит горя. — М.: Аспект-Пресс, 1992. — 296 с.
43. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии. — СПб.: Речь, 2002. — 350 с.
44. Судаков К.В. Диагноз здоровья. — М.: Академия, 1999. — 302 с.
45. Суходольский Г. В. Основы математической статистики для психологов. — СПб.: 2000. — 370 с.
46. Феоктистова О.Г. Безопасность жизнедеятельности. — Ростов н/Д.: Феникс, 2006. — 320 с.
47. Феоктистова О.Г. Медико-биологические основы жизнедеятельности. — Ростов н/Д.: Феникс, 2006. — 320 с.
48. Фонарев А. Р. Психология становления личности профессионала. — М.: МОДЭК, 2005. — 240 с.
49. Фролов А.В. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда. — Ростов н/Д.: Феникс, 2005. — 736 с.
50. Ходырева Н.В. Психологические факторы здоровья. — СПб.: Питер, 1992. — 334 с.
51. Хьелл Л. Психология личности. — СПб.: Питер, 1999. — 608 с.
52. Шапарь В. Словарь практического психолога. — М.: ТОРСИНГ, 2004. — 735 с.

Таблицы расчетов для оценки значимости различия показателей в выборках «нет выгорания» и «есть выгорание или формируется» по личностным качествам

Таблица 1 - Эмпатия

Двухвыборочный t-тест с различными дисперсиями

Эмпатия нет выгорания есть и форм. выгорание

Среднее 5,903226 3,724138

Дисперсия 4,956989 3,921182

Наблюдения 31 29

Гипотетическая разность средних 0

df 58

t-статистика 4,011237

P(T=t) одностороннее 8,75E-05

t критическое одностороннее 1,671553

P(T=t) двухстороннее 0,000175

t критическое двухстороннее 2,001717

Таблица 2 - Личностная тревожность

Двухвыборочный t-тест с одинаковыми дисперсиями

личностная тревожность нет выгорания есть и форм. выгорание

Среднее 37,80645 41,82759

Дисперсия 152,0946 172,5764

Наблюдения 31 29

Объединенная дисперсия 161,9824

Гипотетическая разность средних 0

df 58

t-статистика -1,22298

P(T=t) одностороннее 0,113142

t критическое одностороннее 1,671553

P(T=t) двухстороннее 0,226284

t критическое двухстороннее 2,001717

Таблица 3 - Ощущение одиночества

Двухвыборочный t-тест с одинаковыми дисперсиями

"L" нет выгорания есть и форм. выгорание

Среднее 5,612903 5,551724

Дисперсия 3,845161 2,899015

Наблюдения 31 29

Объединенная дисперсия 3,388401

Гипотетическая разность средних 0

df 58

t-статистика 0,12865

P(T=t) одностороннее 0,44904

t критическое одностороннее 1,671553

P(T=t) двухстороннее 0,89808

t критическое двухстороннее 2,001717

Таблица 4 - "А"-общительность

Двухвыборочный t-тест с одинаковыми дисперсиями

«А» нет выгорания есть и форм. выгорание

Среднее 7,612903 6,068966

Дисперсия 4,778495 3,852217

Наблюдения 31 29

Объединенная дисперсия 4,331326

Гипотетическая разность средних 0

df 58

t-статистика 2,871597

P(T=t) одностороннее 0,002847

t критическое одностороннее 1,671553

P(T=t) двухстороннее 0,005694

t критическое двухстороннее 2,001717

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/vkr/147445>